

# 中职思政教育与心理健康教育的有效结合研究

郭云霞

(抚顺市第二中等职业技术专业学校, 辽宁抚顺 113000)

**摘要:** 作为输出技能型、实用型人才的重要阵地, 中职学校肩负着培养身心健康、全面发展人才的重要使命, 引导和激励青年人敢于拼搏、积极向上, 塑造其正确的价值观念。通过加强思政教育与心理健康教育的结合, 教师将同时“瞄准”学生的思想空间、心灵空间, 从个人发展层面关注学生行为、理念、心灵、道德, 同时开展思想和心理教育活动, 引导学生树立正确的价值观念, 形成积极健康的心理, 为学习和职业发展打下基础。本文阐述思政教育与心理教育的关联性, 分析二者结合的意义, 探索有效结合的策略。

**关键词:** 中职; 思政教育; 心理健康教育; 有效结合

在人们生活水平提升、互联网媒介不断发展的时代下, 人们的思想日益多元化, 这就给中职生思想发展、心理健康发展带来一定影响。中职生尚处于青春期阶段, 拥有强烈的自主意识、自我表现意识, 但在价值观念层面发展不成熟。再加上家庭成长环境的影响, 部分学生在家长宠爱下长大, 抗挫折能力不强; 也有一些学生属于留守群体, 较少得到父母的关爱和关怀, 在思想、心理健康发展上存在不足, 容易受不良思想的影响, 甚至出现心理健康问题。对此, 若仅采用以往的思政育人模式, 很难满足中职生教育改革需求, 教师应坚持科学性原则, 将思政教育与心理健康教育结合起来, 构建起生动化的育人模式, 提升学生道德素质和心理健康水平。

## 一、思政教育与心理健康教育的关联性

### (一) 二者育人对象相同

从教育本质上看, 思政育人、心理育人都指向同一个教育对象——学生, 两者旨在帮助学生解决思想行为、心理健康问题, 形成有效育人模式和系统化育人方法。从目标、功能、作用上, 二者存在密切的联系, 且均被列入德育范围。在学校党委的统一领导下, 思政教师、班主任、心理健康教师在人员上存在一定交叉性, 主要是由于他们拥有教育和管理学生的经验, 十分熟悉中职阶段的学生特点。

### (二) 心理健康辅助思政教育

思政育人面向的是学生, 所以研究中职生的心理发展规律、心理特点, 能够为思政教育打下基础。学生是否拥有良好的心理素质, 影响着价值观、道德观教育效果, 以及思政育人水平。所以, 拥有良好情绪控制能力、社会适应能力的学生, 其道德素质往往较高, 十分乐于认识自我, 与他人建立起良好的社交关系。而存在一定心理健康问题的学生, 往往存在自大、盲目、孤僻等性格, 容易在人际交往中遇到问题, 这也会给思政育人工作带来阻碍。对于精神不振的学生, 其思想境界和个人觉悟往往不高, 不乐于接受先进思想熏陶。

### (三) 思政教育反哺心理教育

从积极心理学角度看, 个体的健康心理素质, 往往体现在是否拥有积极的人生态度、乐观的处事方式、坚韧的意志品质等方面。

但是, 部分中职生往往很难客观认识自己, 不乐于接受他人的评价, 反而出现自满、自大等心理。通过实施思政教育, 能够让学生站在正确角度看待自身, 全面地分析自身优缺点, 使其自然地接受, 提升其心理健康水平。思政育人重在引导学生树立正确的思想观念, 为其树立远大理想指引方向, 调动其持续学习热情, 所以, 思政教育能够反哺心理健康教育, 有助于学生心理向良好的方向发展。

### (四) 二者之间相互促进

若能够解决学生心灵层面的问题, 思想教育问题往往也会迎刃而解, 而伴随思政问题的解决, 学生逐渐形成健康的心理素质。同时, 通过解决心理问题, 能够让学生切换看待问题的视角, 使其正视与他人、自我和社会的关系, 自觉地为社会发展贡献力量; 而思政教育能够解决学生道德素质、政治觉悟、思想认识方面的问题, 帮助其解决各种思想问题带来的心理健康问题。

## 二、中职思政教育与心理教育融合的价值

### (一) 提升实用型人才综合素质

中职教育具有鲜明的就业导向特征, 但不应忽视教育人的本质属性。在学校开展思政工作的过程中, 将引导中职生树立正确的行为规范, 培养其规则意识、团队意识。但是, 在新媒体、互联网平台下, 学生容易接触多元化的思想和价值观念, 若不能给予正确的引导, 容易影响其心理健康、思想价值观念。同时, 近年来, 心理健康问题容易导致学生做出不理智的行为, 甚至会受心理因素影响引起情绪波动, 做出伤害自身的决定。面对复杂化、多元化的思想, 通过发挥中职校的德育功能, 有序开展思政育人、心理育人工作, 能够让学生在学习专业技术的同时, 形成积极健康的心理, 塑造正确的价值观念, 培养出高素质的劳动型、技术型人才。

### (二) 促进育人共同体形成

在现代教育发展趋势下, 思政教育已经被摆在了重要地位。通过发挥思想、精神层面的引导作用, 教师可运用先进教育主题启发学生, 使其树立起集体意识、爱国意识。但是, 目前的思政教育工作, 还应深入分析个体发展情况, 在心理健康层面给予发展建议, 使其成为拥有坚定人生理想、明确职业规划的技术型人

才基于远大的理想和目标,学生可不断通过践行小目标,努力向大目标迈进。在复杂的思想及环境下,学生思想和心灵难免受影响。这时,通过发挥思政育人、心理育人结合优势,教师可及时关注学生心路历程,了解其思想发展动态,帮助其走出迷失的困境,形成积极健康的人生态度、生活态度、学习态度,构建起辐射学生各个发展阶段的共同体育人模式。

### 三、中职思政教育与心理健康教育的有效结合策略

#### (一) 关注中职生个性,科学规划教育方案

在开展心理健康教育工作时,中职校应明确受教育的对象,了解这一群体的基本特点、个别学生性格特点,为制定教育方案提供前提条件。在总体目标设定上,学校可将健全学生身心视为目标。在具体实施过程中,首先,要开展心理教育与思政教育结合的教育研究,组织每一名教师、管理者、班主任了解最新的思政理念,认识心理教育与思政教育融合的价值。在此基础上,根据不同的职务和岗位,组建工作小组,为接下来思政、心理健康教育结合打下基础。其次,采用问卷星、纸质问卷形式调查学生情况,结合不同阶段、班级的个案,展开分类研究,充分了解当代中职生的心灵、思想发展情况。对于不同学段、不同专业的学生,安排工作小组分析典型的思政问题、心理健康问题,针对性地开展研究,并形成育人方案,形成思想、心理共同体育人阵地。此外,为提高每名教师的重视程度,学校应开展各种教育培训活动,组织教师研究、分析先进经验,促进思政教育与心理健康教育有效结合。

#### (二) 了解学生发展动态,构建融合育人模式

当前,实现思政育人、心理育人结合,旨在形成更加贴合中职生的教育模式。中职生年龄尚小,与社会的接触较少,很难客观地认识政治和社会,再加上缺乏成熟的价值体系、自尊心较强,很难灵活地处理一些问题,容易在心理健康和价值观方面受影响。对此,为制定契合学生发展的心理辅导、思政教育策略。教师应分析中职生遇到的情感、人际交往、家庭等问题,给予其正确的辅导和帮助。在调查学生心理发展情况时,教师可联合班主任开展调研活动,了解其在职业发展、专业学习、就业理想、人际交往中遇到的困难,以及其他方面遇到的难题,把握思政育人的关键点。在此基础上,教师可根据不同年龄段学生,交叉开展思政育人、心理辅导工作。对于一年级学生,可开展职业理想、职业规划活动,关注其心理健康状态,引导其树立正确就业观念、发展观念、学习观念;对于二年级学生,可结合哲学教育、思政教育、心理学内容开展活动,让学生辩证地认识自身,教会其调节心理、规范行为;对于三年级学生,侧重职业道德、就业教育,培养学生良好就业心理,锻炼其沟通能力。

#### (三) 开辟心灵成长空间,线上提供咨询服务

只有走进学生思想世界和内心世界,才能全面了解学生发展情况。因此,学校应根据中职生喜爱线上沟通的习惯,利用校园网或其他平台搭建心灵成长空间,为学生提供思想、心理层面的

咨询服务。在具体实施中,教师可选取学生喜爱的微信、微博、QQ等平台,构建多元化沟通、咨询平台。这样,教师可随时与学生互动,全方位地开展思政与心理教育线上活动,针对学生状态给予辅导。在搭建平台的同时,还要邀请具有思政育人、心理专业指导能力的教师负责管理,为不同阶段的学生创建宿舍生活、班级管理、校园活动、个人情感等方面的话题,分析学生的情绪、语言,及时发现思想、心理异常的学生,开展一对一的线上辅导。此外,在构建思想、心理育人的线上平台时,要开设专门的线下咨询室,帮助学生调节不良情绪、解决思想层面的难题。通过搭建线上线下的沟通平台,教师可从思想、心理两方面着力,针对性地帮助学生解答成长中的难题。

#### (四) 拓展结合育人活动,促进身心健康发展

在推进思政教育与心理健康教育结合的过程中,学校应发挥二者相互促进的作用,构建健康的校园心理环境,增强思政育人的影响力。首先,在实施思政教学活动时,教师可拓展第二课堂,邀请行业、社区心理学指导专家来校讲座,将心理健康辅导与思政教学联系起来。在课堂教学活动中,教师也可专门设置成长的烦恼作为心理教育模块,组织学生以小组形式参与沙盘模拟活动,关注学生心理发展情况。根据学生情况,教师可运用思政、哲学的观点,引导学生了解心理健康对个人发展的重要性,使其对照健康心态的标准,了解自身状态,帮助其寻找自我疏导和调节的方法。其次,在思政教学实践中,教师可引入集体心理辅导内容,采用案例教学法的方式组织教学实践活动,让学生联系社会现实问题分析和认知自我,鼓励其敞开心扉,积极分享个人遇到的思想障碍或心理难题,并给予其正确的指导。此外,学校可抓住校园文化建设契机,开展思政教育与心理教育结合的主题活动,定期开展心理知识宣传月、先进思想宣传日活动,开展主题演讲或辩论赛活动,让学生从思政、心理健康角度看待问题,辩证地分析热点事件。

### 四、结语

综上所述,加强思政教育与心理健康教育的有效结合,关乎中职生身心健康发展、学校学习和职业发展。因此,学校和教师应通过规划育人方案、沟通融合育人模式、搭建共同育人平台、拓展结合育人活动等方式,引导学生站在正确的立场看待问题,使其客观地认识自身状态,帮助其规范个人行为、树立积极向上的学习态度,成为健康发展、全面发展的技术型人才。

### 参考文献:

- [1] 肖晓. 中职学校思政教育与心理健康教育协同育人的实践研究[J]. 试题与研究, 2021(11): 132-133.
- [2] 郭春妍. 浅谈思政剧对中职学校学生心理健康教育的积极影响[J]. 职业, 2020(11): 76-77.
- [3] 黄挺. 在中职心理健康与职业生涯课程教学中渗透职业道德教育[J]. 广西教育, 2020(26): 25-26.